

Benessere in Emergenza

Dr. Rainiero Rizzini – 118 Brescia

Descrivere le fasi dell'intervento di soccorso e le reazioni ad esse correlate

Definire le situazioni a rischio per il soccorritore

Accenni sulla gestione dello stress

Fornire le regole per una buona comunicazione

Introdurre le unità di supporto psicosociale

Dimensione Emotiva della Maxiemergenza

Per definizione è una **NON CONVENZIONALITA'** rispetto all'operatività ordinaria

Un contesto difficile, confuso e carico emotivamente

L'operatore del soccorso focalizza il suo lavoro su procedure e protocolli operativi e la dimensione emotiva e relazionale rimane in secondo piano

L'inconsapevolezza: questa
dimensione può prima o poi
travolgere il soccorritore

Il primo obiettivo degli interventi di
psicologia in emergenza è

LA NORMALIZZAZIONE

L'operatore formato può diventare

"UN PORTATORE DI STABILITA' EMOTIVA"

ed essere di aiuto a se stesso, ai colleghi e alla popolazione in uno scenario ricco di ansia e tensione

Il 13 giugno 2006

Direttiva del Presidente del Consiglio dei Ministri
"Criteri di massima sugli interventi psicosociali da attuare nelle catastrofi"

pubblicati poi sulla G.U. n° 200 del
29 agosto 2006

Psycho - social support in situations
of mass Emergency European
Policy paper



CRITERI DI MASSIMA
sugli interventi psicosociali nelle
catastrofi

L' EQUIPE PSICOSOCIALE PER LE EMERGENZE (EPE)

Le Regioni, in relazione alle caratteristiche
geosociali e all'entità dei rischi presenti nel
territorio, **provvedono alla costituzione di**

**Equipe per il supporto psicosociale alla
Popolazione (EPE)**

Cos'è un Evento Traumatico?

E' un evento improvviso ed inaspettato non controllabile

é...l'evento ad essere **NON NORMALE...**
IN UN GIORNO NORMALE

Che cos'è Il Trauma Emotivo?

Il Trauma non è un Evento Critico

E' una **RELAZIONE** dinamica fra un **EVENTO**,
il **SIGNIFICATO** che gli attribuiamo e il
CONTESTO in cui tutto accade.

Il Trauma Definizione:

Secondo il manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali
DSM IV:

“Quando la persona ha vissuto, ha assistito, o si è confrontata con un evento o eventi che hanno implicato la morte, minaccia di morte, gravi lesioni o la minaccia dell'integrità fisica propria o di altri”

La risposta della persona comprende:
**PAURA INTENSA, SENTIMENTI DI IMPOTENZA
O DI ORRORE”**

Il Trauma Psicico - Definizione

Il trauma psichico è un'esperienza di discrepanza fra i fattori situazionali e le capacità di coping individuale, questo comporta una sensazione di impotenza e di vulnerabilità tale da poter produrre uno sconvolgimento della concezione di se' e del mondo

Tipi di Trauma Individuale

Furto/rapina
Violenza fisica/sessuale
Grave incidente automobilistico/sul lavoro
Lutto traumatico
Diagnosi medica infausta
Assistenza a eventi particolari
Trapianti
Altro..

Tipi di Trauma Collettivi

CATASTROFI NATURALI

Eventi geologici
Eventi meteorologici
Eventi idrogeologici

CATASTROFI SOCIALI

Eventi socio sanitari
Eventi socio economici
Eventi di massa
Eventi socio-politici

CATASTROFI TECNOLOGICHE

Incidenti di rilievo di attività industriali
Incidenti nei trasporti
Collasso dei sistemi tecnologici
Incendi
Crolli di immobili e grandi strutture

I Soccorritori Normalmente sviluppano una
tolleranza
abbastanza elevata nei confronti di queste situazioni
chiamata **RESILIENZA**.

Tuttavia sussiste il rischio che il soccorritore viva in
prima persona il trauma, non per l'esposizione diretta
ma per contatto con la persona soccorsa la
TRAUMATIZZAZIONE VICARIA

Fattori di rischio oggettivi

Coinvolgimento di neonati e bambini
Eventi che coinvolgono molte persone,
Morte dei colleghi
Morte del paziente
Necessita' di compiere scelte difficili...

Fattori di rischio soggettivi

Tendenza del soccorritore ad identificarsi con la vittima
Problematiche psicologiche del soccorritore
Mancanza di idonee strategie per fronteggiare lo stress
Lesioni fisiche personali

Fattori di rischio legati all'organizzazione

Ritmi di lavoro eccessivi
Inadeguatezze logistiche
Conflitti interni
Mancanza di programmi di supporto **PSICOLOGICO**
costante
Carenze e distorsione dei processi comunicativi
Mancanza di interventi sulla motivazione
Carenza nei processi formativi o aggiornamenti

Esiste un rischio reale per le persone che lavorano in emergenza di sviluppare delle reazioni acute e transitorie.

Se persistono più di qualche giorno possono causare problemi familiari, perdita del lavoro ed elevata sofferenza individuale, trasformandosi in
Disturbo Acuto da stress.

Disturbo Post-Traumatico da Stress (PTSD)

Si può presentare come un'evoluzione del disturbo acuto da stress.

E' caratterizzato da:

Sintomi Intrusivi: ricordi ricorrenti e intrusivi dell'evento e incubi

Sintomi di Evitamento

Sintomi di Iperattivazione

Strategie del Saper Far Fronte.. IL COPING

E' l'insieme delle strategie utilizzate per affrontare un evento critico.

Prendere atto della Realtà

Rafforzare la propria Volontà

Utilizzare la paura per rafforzarsi

Mantenere un Archivio Mentale dei processi passati: LA RESILIENZA

Comprendere gli effetti psicologici della paura

Basi sulle quali lavora l'operatore addestrato per fare supporto fra pari: peer to peer

Mantenere la prospettiva verso il futuro

Lavorare sull'evento e quindi parlarne se possibile

Curarsi, mantenere le abitudini di sempre, regalarsi tempo

E' normale che ci possano volere delle settimane per sentirsi come prima

FATE CIO' CHE VI FA STAR BENE!!!

E' indispensabile che si formi una rete di supporto
Lo stato transitorio dopo l'evento è decisivo, di
deve agire in questo spazio temporale

Affrontare i postumi dovrebbe aiutare le persone a
normalizzare l'evento

Ridurre assolutamente l'isolamento e l'emotività

Tecnica di gestione dello stress da evento critico

E' un "pronto soccorso emotivo"

Non è una psicoterapia

Non è una cura

Riduce il senso di isolamento attraverso l'appartenenza al
gruppo che ha subito l'evento

Aiuta il gruppo a ritornare alla normalità

Di solito effettuato 24/72 ore dopo l'evento e dura 40/60
minuti

Debriefing

Più articolato del defusing viene eseguito dopo 72 ore fino a 2/4 settimane dall'evento critico.

Intervento svolto da uno psicologo o psichiatra esperti in psicologia dell'emergenza

Conclusioni

Permettere l'umano scorrimento delle esperienze critiche è più vantaggioso che una forzata rielaborazione

Il disagio è emozionale prima ancora che psicologico

Lo scopo è di fornire un' assistenza emozionale nel tempo più breve possibile avvalendosi delle unità di supporto psicosociale